

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat dari konsumsi dan penggunaan zat gizi. Status gizi terdiri dari gizi kurang, gizi normal dan gizi lebih. Gizi kurang dan gizi lebih merupakan masalah gizi yang terjadi akibat ketidakseimbangan antara asupan zat gizi dengan penggunaan zat gizi di dalam tubuh (Conterius, 2021).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan proporsi status gizi penduduk usia lebih dari 18 tahun berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) di Indonesia yaitu 9,3% gizi kurang atau kurus, 13,6% berat badan lebih dan 21,8% obesitas (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Hasil tersebut dibandingkan dengan Riskesdas tahun 2013 mengalami kenaikan sebesar 1,3% pada gizi kurang atau kurus, sebesar 0,1% pada berat badan lebih dan sebesar 6,4% pada obesitas (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Data prevalensi status gizi Kota Tasikmalaya berada di atas nilai rata-rata nasional pada tahun 2018 yaitu 10,75% gizi kurang, 13,97% berat badan lebih dan 23,41% obesitas (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Dampak masalah gizi kurang dan gizi lebih merupakan faktor pemicu munculnya penyakit. Kurangnya asupan gizi atau gizi kurang menjadi faktor risiko terjadinya penyakit infeksi. Kelebihan asupan gizi atau gizi lebih menjadi faktor risiko terjadinya penyakit tidak menular antara lain penyakit jantung, hipertensi, stroke dan diabetes melitus (Hizni, 2016).

Gizi kurang dan lebih dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya ketersediaan pangan, kemiskinan, pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi (Par'i, 2017b). Faktor pengetahuan gizi yang tinggi dapat membentuk sikap dan perilaku positif dalam memilih dan mengonsumsi makanan sehingga berdampak baik bagi status gizi (Santosa & Imelda, 2022). Berdasarkan penelitian Arieska & Herdian (2020) pada mahasiswa Fakultas Kesehatan UNUSA menunjukkan bahwa semakin baik tingkat pengetahuan maka semakin baik status gizi.

Pengetahuan gizi salah satunya pengetahuan tentang makanan yang tidak sehat seperti *junk food*. Pengetahuan tentang *junk food* perlu diketahui oleh masyarakat untuk mencegah dampak negatif dari konsumsi *junk food* yang berlebihan terhadap status gizi dan kesehatan (Ariyana & Astiningsih, 2020). *Junk food* merupakan makanan yang mengandung tinggi lemak, gula dan garam (Rajveer & Monika, 2012). Kurangnya pengetahuan tentang *junk food* dapat membuat seseorang sering mengonsumsi *junk food* (Ariyana & Astiningsih, 2020).

Kebiasaan konsumsi *junk food* menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi. Penelitian Sitorus dkk. (2020) menunjukkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan konsumsi *junk food* dengan status gizi. Artinya semakin jarang seseorang mengonsumsi *junk food* maka semakin baik status gizinya.

*Junk food* sangat populer dan mudah ditemukan terutama di daerah perkotaan (Watson dkk., 2019). Proporsi kebiasaan konsumsi *junk food* >1

kali perhari di Kota Tasikmalaya lebih tinggi dari pada di Kabupaten Tasikmalaya yaitu 53,59% makanan tinggi gula, 62,03% makanan tinggi garam dan 62,23% makanan tinggi lemak (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Salah satu lokasi di Kota Tasikmalaya yang banyak pedagang *junk food* adalah di sekitar kampus Universitas Siliwangi. Hasil penelitian Kosnayani & Aisyah (2016), menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi memiliki kebiasaan mengonsumsi jenis makanan *junk food* yang banyak dijual di sekitar kampus.

Mahasiswa Program Studi Gizi termasuk usia remaja akhir dan dewasa awal yang telah dibekali pendidikan mengenai gizi seperti pemilihan makanan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi dan baik untuk kesehatan. Pengetahuan tersebut diharapkan dapat mengurangi kebiasaan konsumsi makanan yang tidak sehat seperti *junk food*, sehingga akan menghasilkan status gizi yang baik.

Hasil survei pendahuluan pada 30 orang mahasiswa angkatan 2019 Program Studi Gizi Universitas Siliwangi terdapat 4 orang (13,3%) gizi kurang, 5 orang (16,7%) berat badan lebih dan 3 orang (10%) obesitas. Terdapat 14 orang (46,7%) memiliki kebiasaan konsumsi *junk food* sering dan 16 orang (53,3%) jarang mengonsumsi *junk food*. Berdasarkan latar belakang di atas, penyusun tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan dan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan

status gizi pada mahasiswa angkatan 2019 Program Studi Gizi Universitas Siliwangi tahun 2022.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah yang akan diteliti yaitu:

1. Apakah ada hubungan antara tingkat pengetahuan *junk food* dengan status gizi pada mahasiswa angkatan 2019 Program Studi Gizi Universitas Siliwangi tahun 2022?
2. Apakah ada hubungan antara kebiasaan konsumsi *junk food* dengan status gizi pada mahasiswa angkatan 2019 Program Studi Gizi Universitas Siliwangi tahun 2022?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dalam penelitian ini yaitu:

1. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan *junk food* dengan status gizi pada mahasiswa angkatan 2019 Program Studi Gizi Universitas Siliwangi tahun 2022.
2. Menganalisis hubungan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan status gizi pada mahasiswa angkatan 2019 Program Studi Gizi Universitas Siliwangi tahun 2022.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Institusi/ Subjek Penelitian**

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk bahan informasi bagi mahasiswa dan dosen, serta acuan bagi penelitian selanjutnya.

### **2. Bagi Program Studi**

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan sebagai bahan evaluasi atau masukan mengenai tingkat pengetahuan, kebiasaan konsumsi *junk food* dan status gizi pada mahasiswa Program Studi Gizi Universitas Siliwangi.

### **3. Bagi Keilmuan Gizi**

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar informasi dalam melakukan upaya promotif dan preventif serta menambah referensi keilmuan tentang hubungan tingkat pengetahuan dan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan status gizi.

### **4. Bagi Peneliti**

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat menjadi media latihan dalam melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan dan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan status gizi.

## **E. Ruang Lingkup Penelitian**

### **1. Lingkup Masalah**

Lingkup masalah dalam penelitian ini adalah hubungan tingkat pengetahuan dan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan status gizi pada mahasiswa angkatan 2019 Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi tahun 2022.

### **2. Lingkup Metode**

Metode penelitian yang digunakan adalah survei analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*.

### **3. Lingkup Keilmuan**

Lingkup keilmuan dalam penelitian ini adalah gizi masyarakat.

### **4. Lingkup Sasaran**

Lingkup Sasaran dalam penelitian ini yaitu mahasiswa angkatan 2019 Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi.

### **5. Lingkup Tempat**

Penelitian ini dilakukan di Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi.

### **6. Lingkup Waktu**

Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Januari sampai November tahun 2022.